Sauce Béchamel

40gr farine + 40gr beurre + 500gr lait tiède
½ CC sel + poivre moulin + 1 bonne pincée noix muscade
* Introduire tous ingrédients dans le bol et régler **6mn à 90°C, vit. 4**.

Sauce crème : **30sec.** avant fin cuisson, verser 125gr crème fraîche.
(poissons, viande blanche, légumes)
Mornay : **30sec.** avant fin cuisson, mettre 80gr emmenthal ou gruyère mais **attention à réduire le sel**.
(poissons pochés, œufs, gratins)
Poisson : Remplacer lait par fumet poisson filtré et **30sec.** avant fin cuisson, introduire 1 à 2CS crème fraîche, 1 œuf et jus citron. Supprimer noix muscade. (poissons pochés)
Dieppoise : **30sec.** avant fin cuisson, régler **vit. 1** et introduire crevettes cuites décortiquées, moules, petits morceaux poisson.
(poissons pochés, coquilles poissons et fruits de mer)
Moutarde : Remplacer lait par eau, **30sec.** avant fin cuisson ajouter 50gr beurre, 1 œuf, filet vinaigre ou jus citron, 1CS moutarde forte.
(poissons et viandes blanches)

Sauce charcutière

2 oignons + 1 échalote + 1CS Ketchup + 1CS vinaigre de vin vieux
3CS farine+sel+poivre+4 cornichons+30gr beurre+câpres+35cl bouillon

* Mettre tous les ingrédients dans le bol et cuire **6mn – vitesse 3 à 90°C.**
* Dés fin de cuisson, ajouter 1CC de sucre et mixer **quelques secondes à vitesse 3.**

Fenouillette

1 bulbe de fenouil + 40gr de beurre salé
1 verre de vin blanc sec + 1CS de Pastis + 4 tours de poivre

*Couper la verdure du fenouil, la hacher menue et la réserver.
*Mettre dans le bol le bulbe de fenouil et mixer **8sec. vitesse 3,5**.
* Ajouter le beurre et le vin blanc, le pastis et cuire, **sans le gobelet**, **20mn à 100°C vitesse 2.**
*La sauce a réduit de moitié, mixer **1mn vitesse Turbo.**
*Parsemer la sauce de la verdure de fenouil hachée.
* Déposer la sauce « autour du poisson avec la cuiller à soupe »
*Après avoir rectifié l'assaisonnement, servir cette sauce sur l'assiette, bien chaude, et garnie du poisson. Ajouter le légume.

created by free version of DocuFreezer